

## Food and Facilities Program

401 Fifth Avenue, Suite 1100  
Seattle, WA 98104-1818

206-205-8777 Fax 206-296-0189

TTY Relay: 711

[www.kingcounty.gov/health](http://www.kingcounty.gov/health)

Public Health   
Seattle & King County

# 新的 trans fat 禁用規則將影響 King 郡的所有食肆

2007 年 7 月，King 郡衛生局 (King County Board of Health) 通過一項新規則，要求該郡的所有食肆於 2009 年開始，禁止使用或銷售含人造 trans fat 的食品成品。人造 trans fat 存在於含部分氫化油的食品成品中。某些起酥油、人造牛油和液態油均含有部分氫化油。該規則並不適用於廠商原廠密封包裝銷售的產品（如單獨包裝的薯條、松餅或曲奇餅）。欲瞭解詳情，請瀏覽

<http://www.metrokc.gov/health/healthyeating>。新規則有兩個最終期限：

### 2008 年 5 月 1 日起：

- 您不能在油炸、嫩煎或燒烤等食品中使用部分氫化油（包括含部分氫化油的起酥油），或作為牛油替代物塗抹食品。
- 若廠商的營養資料標籤表明每餐份的 trans fat 含量少於 0.5 克，則您可以繼續使用此類含 trans fat 的食品。[聯邦法規允許廠商將每餐份 trans fat 含量少於 0.5 克的食品標注為「無 trans fat」或「零克 trans fat」。]
- 2009 年 2 月 1 日前，您可繼續使用「人造牛油」作為塗抹原料，或使用任何部分氫化油炸面團或蛋糕漿。

**2009 年 2 月 1 日起：**您不能使用或銷售含部分氫化油的任何食品。該限制包括所有食品，包括但不限於：

- 散裝食品，如薄餅粉。
- 食譜中的預制食品，如用作餡餅皮的全麥餅干。
- 預制產品，如食肆中烹飪的冷凍食品，或散裝松餅或單獨銷售的其他食品。

若廠商的營養資料標籤表明每餐份的 trans fat 含量為零或不足 0.5 克，則不受此限。

### 如何知道您的食品是否含人造 trans fat：

- 首先，請查看營養資料標籤。若營養資料標籤顯示每餐份未含 trans fat 或含量不足 0.5 克，則您可以使用該產品。
- 若沒有營養資料標籤，請查看成分清單，確認清單上是否列有任何「部分氫化」成分。若出現「部分氫化」字樣，請要求廠商提供信函，注明每餐份 trans fat 的總克數。
- 若沒有營養資料標籤和成分清單，請向廠商索取有關信函，列明每餐份 trans fat 的含量。
- 僅使用每餐份 trans fat 含量少於 0.5 克的產品。廠商必須在信箋抬頭或其他文件上，注明有關資料及公司名稱和地址。請保存信函或其他文件，以便在需要時向公共衛生局檢查員出示。

**trans fat 替代物：**有多種油、起酥油、人造牛油、塗抹食品和其他產品均不含人造 trans fat。請立即向批發商諮詢不含 trans fat 的產品的資料，並開始食用不含 trans fat 的產品。欲瞭解 trans fat 替代物的資料，請瀏覽紐約市 trans fat 協助中心：<http://www.citytech.cuny.edu/notransfatnyc>。

修訂日期：2008/1/16 本文件將予以更新：請瀏覽 <http://www.metrokc.gov/health/healthyeating> 或致電 206-205-8777 獲取最新資料。